

# 広告

## いしかりレシピ

### ナガイモの漬物



石狩手づくり食品の会と、生振地区の生産者グループ「ふきのとう」が協力してできた今回のレシピは、食感も楽しんで、一度食べたらくせになるおいしさです。なお、ナガイモの漬物は長期保存には向かないため、少しずつ漬けることをおすすめします。

#### 作り方

- ① ナガイモを洗い、皮をむき、容器に合わせて適当な長さ、幅に切る
- ② ①が浸るくらいの水に酢を入れて、15分ほど漬け、ヌメリを取る
- ③ ペーパーなどで②の水分をふき取ったら、混ぜ合わせた材料Aに2〜3日間漬ける。皿などで押しぶたをするとうまく漬かる。また、ポリ袋などを利用して良い

#### かす漬け

- ① ナガイモを洗い、皮をむき、容器に合わせて適当な長さ、幅に切る
- ② ①を3時間ほど塩水につける
- ③ ②をザルに上げ、ペーパーなどで水分をふき取る
- ④ 混ぜ合わせた材料Bに③を2〜3日間漬ける

※ 食べるときは、それぞれ1cm程度の厚さに切って盛り付ける

#### 材料

|            |            |
|------------|------------|
| ■ みそ漬け     | ■ かす漬け     |
| ● ナガイモ     | ● ナガイモ     |
| 400g〜500g  | 400g〜500g  |
| ● 酢…大さじ1程度 | ● 塩…適量     |
| みそ…150g    | 酒かす…100g   |
| 酒…大さじ2     | みそ…50g     |
| みりん…大さじ2   | 砂糖…2分の1カップ |
| 砂糖…大さじ1    | 焼酎…大さじ2    |

【レシピ協力／石狩手づくり食品の会】